家有道德書，平安又幸福。

白衣觀音神咒

中華道德學會印行

白衣觀音神咒　目錄

觀世音菩薩的籍貫……1
祈禱的原理．靈驗實例……9
誦咒神奇感應錄：
一、誦念白衣神咒雙目復明求子女得子女……11
二、誦念大悲咒逢凶化吉……13
觀世音菩薩現代感應事蹟：
一、誦念白衣觀音神咒感應二則……16
二、誦念大悲咒子孫賢孝、生活幸福美滿……20
三、誦念大悲咒驅邪魔……27
四、誦念大悲咒與行善除病消業障……29
五、一位青年患怪病經歷生死的自白……32
六、兒童誦念觀音經開智慧的感應二則……35
七、稱念聖號　空難奇蹟……40
八、至試默念　化險為夷……42
九、念大悲咒　能治邪病……44
十、觀世音菩薩　免災又病除……46

十一、白衣觀世音　睡夢中治病 …… 48
十二、觀世音菩薩　救苦又救難 …… 49
十三、持大悲咒　兩次免難 …… 53
怎麼樣才能獲得感應 …… 55
什麼是順、逆、顯、隱度 …… 60
千手千眼無礙大悲心陀羅尼（大悲咒） …… 63
般若波羅蜜多心經（心經） …… 67
白衣觀音大士靈感神咒（白衣神咒） …… 69
觀音經 …… 70
誦咒須知 …… 71
佛前懺 …… 73
觀音靈感歌 …… 75
大悲願 …… 76
禮佛消災、健身、延壽的原理（示範圖） …… 77
再版後語 …… 83
書後小語 …… 87

觀世音菩薩的籍貫

觀世音菩薩，究竟是什麼地方的人？根據佛教經典的介紹，本來是過去遠劫前，在他方國土成就佛道，法號「正法明如來」；現在的永居籍貫：是設於離我們這個世界，遠於十萬億佛土外的極樂世界，地位是輔佐阿彌陀佛的大菩薩，將來繼承阿彌陀佛的寶座，號「普光功德山王佛」。這位偉大的觀世音菩薩，大慈大悲願救度眾生，對我們中國人，卻是特別的有緣，故示現菩薩身，於我國的行化道場，處處皆是，所以大家稱為「家家戶戶觀世音」！因此，觀世音菩薩也就在浙江省南海普陀山（定海縣舟山群島）設籍，為駐中國的根本道場。因緣是這樣的：唐朝咸通四年，（即公元八六三年），日本留學僧慧

鍔法師，學成回國時，特別向五臺山請了一尊觀世音聖像，回國供奉。慧鍔法師所坐之木船，航行至浙江的舟山群島，在過新羅礁的地方，忽然海中掀起風浪，海洋上現出無數的鐵蓮花，致使木船不能前進達數日之久。在這種逼不得已的情況下，只好將觀世音菩薩請上小島，借張漁翁的茅蓬安住，經過了數日，選擇了天晴浪靜的時候啟航，誰知鐵蓮花又佈滿了海面，阻擋了去路，不能前進，爾時，漁翁對慧鍔法師說：「您既然日本回不得，就在這裏建築寺院安住，供養菩薩不是同樣的弘揚佛法！」於是慧鍔法師，就在山上建築一座稱為「不肯去觀世音院」。後來發展成為我國四大名山之一的普陀山，也就是觀世音菩薩定居我國的因緣。

觀世音菩薩的性別

關於觀世音菩薩的應化道場及身份，已略說如上。現在還有一個問題，就是觀世音菩薩，究竟是男或是女？在經典上雖說三十二應化身，但現在所看到的造像，都是以女相為多，所以常常聽到這個問題。

在根本理論上，凡是證果位的聖者，都是男性的。由於菩薩為倒駕慈航而度眾生，隨順因緣的對機關係，那就不能肯定的說祂是男還是女；必須為眾生的需要而示現身相，如有一類眾生，需要觀世音菩薩以男相來化度，菩薩即就為其示現男相；如需要女相時，就為其示現女相，這都是隨順眾生的要求所示現的方便法門。

無處不現身的觀世音菩薩

觀世音菩薩慈悲救度眾生，隨類應現。為了教化不同環境、不同根機眾生的需求，菩薩常變化成不同身份的形象。特別是佛法傳來我國，並且東傳日本之後，其顯化事跡不可勝數，從佛弟子之信奉，普及成為民間的信仰。這裏着重介紹我們常見的觀世音菩薩。

聖觀世音菩薩

聖觀世音菩薩為觀世音諸相的正體。其形象：左手持蓮花，右手欲打開蓮花姿勢，全身呈金色，極其光耀，此尊在極樂世界侍於阿彌陀佛的左面，代表着慈悲。祂為解除一切眾生的苦惱，又常應化到娑婆世界中來。為了要與

十一面、千手、如意輪等等觀世音區別，故稱祂為聖觀世音菩薩。觀世音菩薩左手所持之蓮花，表示一切眾生本來自性清淨；右手作欲打開蓮花的姿勢，是表示眾生本來清淨的本性一時被無明所蒙蔽，而不知脫離，因此祂以大悲功德解除眾生的無明、迷妄。

千手千眼觀世音菩薩

千手千眼觀世音菩薩，其形象，在兩眼兩臂之外，左右各有二十手，表示如來、金剛、摩尼、蓮華、羯磨五部各八手，成為四十手，四十手中現菩薩像，每手含二十五有界，故成一千。

千手千眼，意味着無量無邊廣大數量。身上具足四十

手，每一掌中各有一慈眼，依諸類眾生而執持種種寶物，端坐於蓮華台，顯示觀自在菩薩絕對之神通和悲力。有關四十手執寶物，除本臂二手合掌外，左手依次為：日輪、宮殿、戟、絹索、寶弓、紅蓮、白蓮、軍持、玉環、寶夾、鐵鈎、金剛杵、寶螺、白拂、寶鐸、如意珠、化佛、寶鏡、榜牌、寶鉢。右手依次為：月輪、五色雲、錫杖、寶劍、寶箭、紫蓮、青蓮、胡瓶、金輪、占經、鉞斧、三鈷、蒲桃、寶印、施無畏、頂上化佛、髑髏、數珠、合掌。

千手千眼觀世音菩薩在大道中專司地獄道，以此菩薩為本尊，所行法叫「千手觀音法」，有敬愛、息災免病、除難死和難產等利益。

楊枝觀世音菩薩

亦稱為楊柳觀世音菩薩，菩薩隨順眾生的願望，時刻利益眾生，恰似楊柳隨風蕩漾，因而得名。其形象為：右手執楊柳，左手持寶瓶。

白衣觀世音菩薩

白衣觀世音菩薩，身穿白色衣服，手執紅蓮花，結跏趺坐於敷有軟草的石上，雙手結定印，是三十二應化身中的比丘、比丘尼身。

除了楊枝觀世音、白衣觀世音，還有龍頭觀世音、持經觀世音、圓光觀世音、遊戲觀世音、臥蓮觀世音、瀧見觀世音、施樂觀世音、魚籃觀世音、德王觀世音、水月

觀世音、一葉觀世音、青頸觀世音、威德觀世音、延部觀世音、衆寶觀世音、岩石觀世音、能淨觀世音、阿耨觀世音、阿摩提觀世音、葉衣觀世音、琉璃觀世音、多羅觀世音、蛤蜊觀世音、六時觀世音、慈悲觀世音、馬郎婦觀世音、合掌觀世音、一如觀世音、不二觀世音、持蓮觀世音、灑水觀世音。合共三十二體觀世音，是我國唐宋時代及日本民間信仰之觀世音菩薩集合而成的。三十二觀世音菩薩造像在我國和日本有些寺院內尚能見到。依『妙法蓮華經』觀世音菩薩普門品的說法，觀世音菩薩是三十二應化身，而示現於三千大千世界中，但其中，我們最容易看到的聖像是：白衣觀世音、送子觀世音、漁籃觀世音、千手千眼觀世音等。一切都要虔誠的稱念觀世音菩薩聖號，方得感應。

祈禱的原理——心力、定力、願力、神力——應驗

祈禱者心力——由強烈的信念所產生的一種超自然的精神統一的定力，去感應被祈禱者（如諸佛菩薩）的大悲願力，自己的定力與佛菩薩的願力相應相接，便會產生一種不可思議的神力，那就是祈禱所得的經驗或靈驗。在大乘佛教的中國地區，祈禱觀世音菩薩的靈驗最為卓著。

（摘自釋聖嚴大師的著作）

靈驗實例

本人四年前五十一歲患心臟病。左胸時常劇痛，呼吸困難，走路氣喘乏力，貧血失眠等症狀。曾經求醫，服用西藥後，整日昏昏沉沉地睡覺，神志不清，無法工作。故

停服西藥，每日虔誠祈禱和持誦白衣觀音神咒，大約半年時間念完一萬二千遍，配合鍛鍊身體，正常作息之後，左胸只是間中微痛，走路和睡眠都正常，恢復工作。再虔誦一萬二千遍白衣觀音神咒之後，左胸的微痛完全消失，身體完全康復。經驗證明，虔誠的祈禱，虔誦白衣觀音神咒，配合鍛鍊身體，三者相結合，出現了不藥而癒的奇蹟。同時事業也逐漸順利。

在此公開靈驗的經驗與諸位善信，目的是希望凡有正當心願者，如求癒病、消災、解厄、求福、求子、求壽、虔誠祈禱，虔誦白衣觀音神咒，能夠如願應驗，離苦得樂。

香港人林金炎 一九九五年閏八月初八日

誦咒神奇感應錄

一、誦念白衣神咒雙目復明求子女得子女

清朝光緒年間，有一位青年姓余名少習，得眼病，到處求訪名醫，但是病情毫無進展，而且日漸惡化。

有一天到觀音寺拜觀世音菩薩，住持贈給他白衣觀音神咒，教他耐心每日不斷虔誠持誦，如果能虔誦一萬二千遍必然有效驗。

回家後，每日早晚焚香，至誠頂禮，然後虔誦神咒。第五天睡夢中，見一隻大白鳥由窗外飛入房中，啄去他的眼睛，痛極驚醒，忽覺視力較五日前大有進步，於是更加專心虔誦神咒。當他唸到一千遍，眼睛已經恢復視力，完全康復了。因此立即印一千二百本白衣觀音神咒，送到觀

音寺，以答謝觀世音菩薩賜他雙目復明的大恩大德。

自此以後，依然不間斷地日日早晚虔誦神咒。原來余少習四十歲，尚無子女。虔誦神咒之後，四十二歲妻子生了一個男孩，隨後幾年，又再添一子一女。二子一女均聰慧，讀書名列前矛。余少習得此福報後，家境漸佳，繼續虔誦神咒，印贈神咒。念念不忘觀世音菩薩大慈大悲的大恩大德。

謹以本書之功德迴向給贊助出版的善心人士，並祈求國泰民安，社會風氣日漸改善，人人增長福慧，身體健康，事事順利，祈求皆如願。

本會全體義工在此致萬分感謝，共襄善舉，多謝。

二、誦念大悲咒逢凶化吉

清朝末年，珠寶商人崇德，平素虔誠敬拜觀世音菩薩，每天早晚誦念大悲咒，從不間斷。

有一次到外地採購珠寶完畢，回返途中，誤住黑店，店主是大盜，專幹謀財害命的勾當。

店主得知他是珠寶商人，到了三更後，手持尖刀，上樓來到崇德房門口，正當準備動手的時候，樓下大門有人拍門，店主只得回到樓下開門，見來人高大，問他有何事，拍門的人說：「我叫豆輸朋要找崇德。」店主回說：「崇德已經睡覺了，有事明天再來吧。」把豆輸朋趕走了後關上門，跑上樓，走到崇德的房門口，再準備動手的時候，大門外又有人來拍門，而且不停地猛拍大門，店

主無奈，只得再跑到樓下開門，問來人說：「現已天將四更了，有何事？請留下姓名，明天再來吧！」那來人說：「我是來找崇德的，請你轉告他，我叫阿逝孕來找他有要事。」

這樣店主跑上跑下，來來回回，再回到樓上的時候，已經晨曦微明，太陽快要出來了，崇德已經起床了，開門見店主走近他門口，忙與店主打招呼，店主連忙把尖刀收藏在背後，只好裝得若無其事一樣，告訴崇德，「客官，昨夜三更半夜，有二人來找你，搞得我沒法入睡，所以一清早來找你，一位名叫豆輸朋，一位名叫阿逝孕。我叫他們今天再找你。」崇德聽完，非常喜悅，於是解釋說：「我每天早晚誦念大悲咒，豆輸朋、阿逝孕是咒中兩位菩

薩。」店主一聽，驚慌失色，全身直冒冷汗，噹啷一聲，手一鬆脫，把原來藏在背後的尖刀掉落在地下，在此同時店主扑通一聲跪在地下，懺悔地對崇德說：「大善人，求您寬恕我吧，我昨夜三更後兩次準備殺你，盜取珠寶，怎知菩薩顯靈阻止我行兇，我今日才知道人生天地間真真實實有神明，明白善得善報，惡得惡報的道理，從此以後再不敢謀財害命，改惡從善。」崇德聽後，也很感動，於是度他拜觀世音菩薩，教他誦念大悲咒，去惡從善，步向康莊大道。

觀世音菩薩現代感應事蹟

一、誦念白衣觀音神咒感應二則

林女士年四十五歲，家住香港九龍馬鞍山，是位虔誠的佛弟子，敬拜觀世音菩薩二十多年，長期誦念「白衣觀音神咒」，親身體驗菩薩感應事蹟多次，現僅例舉其中二次奇蹟：

（一）一九九四年夏天，林女士的丈夫因積勞成疾，肝腹部積水達八公斤，病況危急，醫生束手無策。在這危難的關頭，林女士唯一的辦法是懇求大慈大悲救苦救難廣大靈感觀世音菩薩，救救丈夫的生命。

在丈夫病發住院期間，林女士日夜虔誠誦念「白衣觀音神咒」。林女士的懇切和真誠，真的出現了「千處祈

求，千處應」的奇蹟。不到一個星期，丈夫脫離了危險期，由傳染科轉到普通科病房。林女士喜見丈夫迅速轉危為安，感恩的心，使她信心倍增，繼續勤懇誦念白衣觀音神咒，奇蹟接踵而來。

有一天上午，主診醫生例行巡房之後，剛離開病房，忽然有一位陌生的醫生走到丈夫的病床前，為丈夫做腹部檢查，接着說：「你是從傳染科轉來的陳先生，你的病已經好了，可以出院了！」林女士目睹陌生的醫生說完了話，離開病房。她還以為是院方邀請別的醫生來會診。後來查問院方，回答並無此事。而其他的護士和主診醫生也沒有見到這位陌生的醫生。此時林女士方才醒悟，陌生醫生就是「普門品」中所說的觀世音菩薩三十二應化身。林女士的丈夫奇蹟地康復出院，醫院方面覺得太不可思議

了，至今仍是個謎。

（二）心地善良的林女士，時時刻刻滿懷感恩之心，向親友頌揚觀世音菩薩的恩德，教大家誦念白衣觀音神咒。時常為人排難解紛，利用工餘時間派送善書。正是「善有善報」，奇蹟一再降臨家門，令林女士不勝感激。

像其他香港人一樣，林女士渴望有自己的居所。勤奮的工作，省吃儉用儲蓄買屋，面對年年上升的樓市，只有「望樓興嘆」。一九九八年，樓價終於由頂峰回落，利息也同時下降。到了二〇〇二年，樓價跌至十年來的低位，期待已久的置業良機到來了，而兒子正由內地來港就讀中五，即將進入大學。為了買屋和兒子升學這兩件大事，林女士天天向觀世音菩薩祈禱，懇求賜於理想的房子和學校，達成人生最大的願望。

經過多次看樓，最後選中了馬鞍山的新樓。原因是對面就是著名的高等學府—香港中文大學。林女士滿懷信心地鼓勵兒子，爭取考入這所名校。作為新移民的學生，兒子為了追上香港的學習程度，倍加努力和珍惜，學業進步很快。於二〇〇四年夏季，以優異的成績考入香港中文大學，夢想成真，全家沉浸在喜慶歡樂之中。

早在幾年前，林女士為了買樓和兒子升學，特地赴浙江普陀山懇求觀世音菩薩賜福。當接獲中文大學錄取的喜訊後，林女士帶同兒子，專程到普陀山還願，拜謝觀世音菩薩洪恩。

林女士是傳統的賢妻良母，丈夫勤勞顧家，兒子孝順勤奮，是一個令人羡慕的佛化家庭。究其原因是「種善因，得善果」—，林女士長年誦念白衣觀音神咒和做善事得到的福報。

二、誦念大悲咒子孫賢孝、生活幸福美滿

陳慕琴女士，年八十三歲，家住香港九龍黃大仙竹園北村蕙園樓。是一位典型的中國婦女，具有純樸、善良、刻苦耐勞、堅強、樂於助人、和睦鄰居的傳統美德，和爽朗的性格。廿九歲就痛失丈夫，獨力艱辛地撫育兒子，飽嘗人生的風霜。一生虔誠敬信觀世音菩薩，受觀世音菩薩大慈大悲精神的感召，長久以來，心懷菩薩心腸，盡管命運崎嶇，心中一片清朗。

由於長年艱苦的生活，就磨練了一身硬朗的體格，和樂觀知足的性格。退休後，每天清早到公園，免費教授少林寺八段錦，與學生共同分享健身長壽的益處。學生有中年的老年的，可以說是桃李滿天下。學生們在她老人家悉

心的指導下，身體迅速健壯起來，為了答謝她老人家，買了禮物送給她，她立即拒絕，並且宣佈：「希望大家赤誠相待，今後如果誰送禮物，就要和他絕交。」可見她真誠的把自己少林功夫拳傳授給大家的善心。同時教學生誦念大悲咒及勸化世人行善，度化有緣人。

陳大姐，二、三十年來，天天到各區公園教授八段錦功夫拳，生活非常充實，雖然已經八十三歲的高齡了，依然像年青人一樣充滿活力，充滿歡笑，像一棵長青的松柏，所以大家尊稱她為陳大姐，她也非常歡迎大家這樣稱呼她，所以「陳大姐」成為了她的真正名字了。

陳大姐長年以來，早晚虔誠誦念大悲咒，以下記述陳大姐自己和她的學生善報的見證。四十年來，在陳大姐悉

心的撫養下，兒子終於長大成人，而且娶得賢淑的媳婦，幾年間生下三個孫兒，二男一女。兒、媳孝順，孫兒活潑可愛。原來孤苦的母子，轉眼間，變成三代同堂，六口的幸福家庭，陳大姐天天笑在臉上，甜在心頭，人生進入了最美好的階段。

但是原來僅夠母子兩人居住的小房間，無論如何也容納不下六口。兒子的工資維持六口的生活，要買屋談何容易。

那時候大約是一九六零年左右，近慈雲山鳳凰村新樓出售，一個單位售價十三萬元，首期一萬元。陳大姐心想，如果能夠付首期，平時省吃儉用每月供樓，那麼有自己的新屋，讓兒孫有舒適的居所，生活就更完美了。

於是陳大姐虔誠祈禱，求觀世音菩薩賜福，讓她能夠夢想成真。她一連求了三支簽，分別是今年、明年、後年，到底哪一年能夠置屋。解簽的陳先生看完了三支簽後，告訴陳大姐：「第一支簽今年有貴人能買新樓。第二及第三支簽，即是明年及後年都無法買樓。」陳大姐滿心歡喜，回到家中，將自己和兒媳的私蓄拿出來，湊在一起，只有壹千多元，要達到一萬元實在困難。貴人在哪裏？正當憂愁的時候，親家聞知陳大姐要買屋，欠缺首期，立即給予援助。陳大姐歡喜地付了首期，終於達到買新屋的願望。

更加神奇的事，是在二年之後，她才發現，第二年，樓價上漲，一個單位賣二十三萬元。第三年，樓價又再上

漲，一個單位賣三十三萬元。到了第三年，陳大姐才醒悟到，為甚麼所求三支簽，只有第一年能夠買屋。第二及第三年樓價成倍的上漲，即使付得起首期，平時每月也是無能力供樓的。陳大姐這才真正體會到佛菩薩不可思議的靈驗。

陳大姐不僅教學生們打少林寺八段錦，而且關懷每個學生的生活，她菩薩般的心腸，像陽光一樣，走到那裏就照到那裏，學生們喜歡向她傾訴生活中的煩惱，和一些家庭的問題。

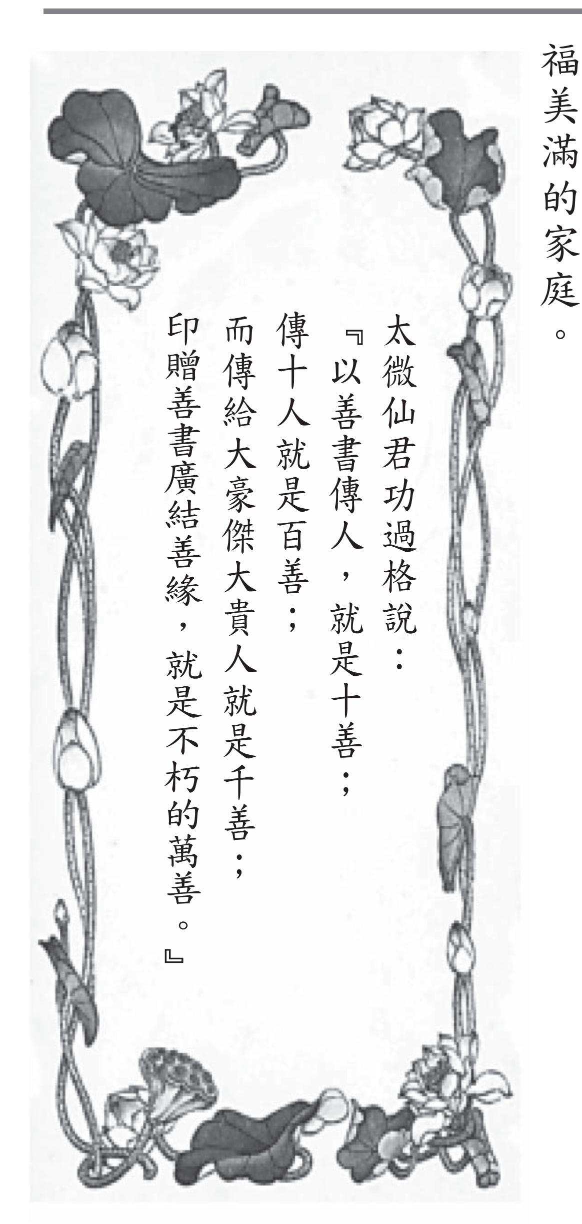
陳大姐的學生鄧女士，前年被丈夫打斷手臂，平時拳打腳踢是常事，全身青一塊紫一塊，每次打完後還威脅要把她從樓上擲落街。

鄧女士聞知陳大姐教人打少林功夫拳，所以特地來拜師，希望學成功夫克敵制勝，不受丈夫欺負。陳大姐知道鄧女士的來意後微笑着對她說：「任何功夫目的是健身，並非用於暴力打鬥。況且冤仇宜解不宜結。暴力對抗將永無休止。」於是教鄧女士誦念大悲咒，祈求大慈大悲觀世音菩薩感應，化解鄧女士丈夫的暴戾行為。

鄧女士聽了陳大姐的忠告，從此早晚虔誠地誦念大悲咒，從不間斷。但鄧女士她不識字，所以陳大姐教她慢慢學，每天學一句，當唱歌仔。過了一年，奇蹟出現了，丈夫完全變成另外一個人，見了鄧女士很溫和地問長問短，幫助做家務，而且把煙也戒了，完全不相信這就是從前曾經拳打腳踢的惡丈夫。鄧女士一有小病，丈夫急不及待地

送她入醫院檢查，而且情深地說：「你不能先死，如果留下我一個人，那麼做人還有甚麼意義！」

鄧女士親切地拉着陳大姐的手，感激觀音菩薩的感應，大悲咒的靈驗，不可思議地挽救了她的婚姻，賜予幸福美滿的家庭。



三、誦念大悲咒驅邪魔

有一位羅先生，一生虔誠敬拜觀世音菩薩，為人樂善好施，凡遇到有緣者，都教他們誦念大悲咒，並講解大悲咒之殊勝：一、能得安樂。二、能得十五種善生，不受十五種惡死。三、世間八萬四千種病，都能治好，悉皆治之。四、在山野坐禪誦咒，一切魔鬼都被困縛。五、如法誦咒者，一切善神常隨護衛。六、有願望祈求者，於三、七日持齋戒或持長齋，然後誦咒，所求願望能實現。

四十多年前，羅先生在廣州時，租屋居住，表弟介紹一間大屋，據說因為有惡鬼，雖然價錢便宜，但是無人敢租住，所以一直空着。羅先生不怕，便租了下來。那時候無電燈，全用煤油燈。第一天晚上九點多，羅先生在樓

上看佛經，忽然陰風陣陣，樓下傳來陣陣腳步聲，腳步聲的人數越來越多，而且正一步一步由樓下走向樓上，腳步聲越來越響了，羅先生知道來者不善，於是盤膝而坐，大聲誦念大悲咒七遍，由於誦念時集中精神於咒文，也不知道甚麼時候腳步聲消失了。整座大屋恢復了平靜。從此以後，再也沒有腳步聲了，也沒有鬧惡鬼的事發生。

羅先生經常向學生宣揚，大慈大悲觀世音菩薩大悲咒的威力無邊，廣度眾生。

◎ 本會並無派員外出募捐、收款。如遇上情，請予拒絕，並報警處理，及通知本會。

四、誦念大悲咒與行善除病消業障

黃女士年五十八歲，家住香港九龍土瓜灣，罹患多種頑疾：十八年嚴重的氣管炎、十五年耳水不平衡、鼻炎、眼睛奇癢等病。每當耳水不平衡發病時，便會頭暈嘔吐、大小便失禁。而氣管炎發病時，則整夜不停地咳嗽，根本無法躺下，只好眼睜睜地坐至天亮。鼻炎病發時，只可以用口呼吸。她本人雖然在醫院工作，並且看遍中西醫，但都無法根治。

病魔長年地折磨她，而且她丈夫非但沒有給予同情幫助，更時常無理取鬧，使她身心受創。這樣雙重的折磨下，生活就像在活地獄般痛苦，生不如死。

直至四年前，在一個偶然的機緣下，認識了一位自

幼敬信觀世音菩薩的居士，向她解釋：「現在科學昌明，世間許多病症為甚麼會令群醫束手？因為這些病都是因果病，是前生的業障所致，只有消除前世業障才是真正的對症下藥。至於消除前世業障的方法：以戒殺生，吃長齋或吃早齋，靜坐，早晚虔誠誦念大悲咒，這樣便能消業障、增智慧，配合平時多作布施行善積德，惡疾自然會逐漸消失。」

對於這番提示，黃女士如獲至寶，立即坐言起行，四、五年來，黃女士早晚從不間斷地、虔誠地誦念大悲咒，並且堅持靜坐。假日義務派送勸世善書，行善佈施。

黃女士懷着一顆至誠的心和驚人的毅力，經過幾年間的努力，上述的不治之症全部消失，而且再也沒有復發。

心情開朗，面色紅潤有光澤。更不可思議的是，丈夫也改變了原來冷漠的態度，關心和愛護她，而且也敬信觀世音菩薩，家庭充滿和睦和溫馨的氣氛，真正體嘗到人生的幸福。

黃女士感激觀世音菩薩的感應，大悲咒的靈驗，現在更加認真地做好每天的早晚課—虔誠地誦念大悲咒和靜坐，積極地參加各種慈善活動，出錢出力，行善唯恐不足，以現身說法，誦念大悲咒是根治她多年頑疾的靈丹妙藥，以度善信。

啟事

歡迎各商場、商鋪來電索取善書及勸世格言，擺放於商場、商鋪內，方便市民獲得；為推廣善書，挽回頹風，扶持正氣，造福社會，廣結善緣，共襄善舉，功德無量！

五、一位青年患怪病經歷生死的自白

我姓梁，男，年二十六歲，任職金行，家住香港九龍深水埗區。

一九八九年，我十八歲，離開學校出來工作，第一份工作是建築地盤工。工作不久就病倒了，胸部長期好似有物體存在，悶痛不舒服。醫生無法診斷我患的是什麼病。為了醫治我的怪病，疼愛我的雙親四處借貸，求遍了很多醫院、診所，所有中西醫師，結果是家庭負債累累，群醫束手無策，而我天天仍然承受着怪病的折磨。

有一天午睡，矇矓中，自己單獨步向一個陌生陰森漆黑的地方，內心因恐懼而戰慄，想呼救，口不能言，想逃離，身體無法移動，呼吸越來越困難，一種有生以來從未

感受到的死亡訊號出現了，感到萬分絕望和無助。就在這死亡迫近的最後一刻，生與死僅是一線之隔，剎那間，內心深處突然發出：「南無阿彌陀佛」的佛號，緊接着呼吸開始暢通了，拼命地睜開眼睛，極力地呼吸，終於掙脫了死亡，真正體會到由死轉生的歷程，刻骨銘心的經歷。回復知覺之後，發現全身衣服被冷汗浸透了，正喘着氣，身體極疲倦，心尚有餘悸。內心深切地意識到，是南無阿彌陀佛把我從陰司路上救回到人間，一種重生感恩、喜悅的心情，非語言所能表達，內心只是不由自主地默誦南無阿彌陀佛的佛號。自此以後，每當默誦佛號的時候，內心倍感親切和安全感。

大約一年之後，上述的經歷又再次出現。由於有了第一次難忘遭遇，所以這次特別警覺，當睡夢中步向黑暗，

立即自覺重複地默誦佛號，而且很快地脫離黑暗，甦醒過來。

患病八年，經歷二次步向死亡後而復活，不禁令我深刻反省，體會到自已所患的是業障病，非一般藥物所能醫治，唯有真誠敬佛，行善布施，消除業障，才能根治頑疾。

一九九六年，我參加『中華道德學會』的義工行列，每逢周六派送善書，平時盡自己微力捐款布施。一年後的今天，我的病情已經好了八成。回顧這八年的病史，慶幸因病得福，獲得佛菩薩在苦厄中逆度我解脫。只因患此怪病的痛苦，有幸接觸佛法，才有機緣參加義工，從而指引我向佛走上行善布施的光明大道，這是無價的巨大收穫。

六、兒童誦念觀音經開智慧的感應二則

(一)黃女士年三十八歲，家住香港新界元朗。育有一女兒書琪十二歲，一兒子書豪七歲。

黃女士為人善良，敬信觀世音菩薩，早晚虔誠誦念大悲咒。每逢周六帶同書豪到本會取善書，送到元朗的齋菜館。書豪也背着小背囊送拾多本善書，在孩子幼小的心靈裏播下向善的種籽。

書琪就讀中學一年級，成績優良，全班之中名列前三名。書豪就讀小學二年級，性格內向害羞，記憶力極差，平均的成績只有二十分左右，在全班名列最後一、二名。對於女兒和兒子智愚如此懸殊，黃女士深感不解和煩惱，擔心書豪會留級。

有一天黃女士談起自己憂慮書豪的學業，本會一位同事提議黃女士教書豪誦唸觀音經，祈求觀世音菩薩大慈大悲，開啟書豪的智慧。黃女士聽後，當天回家，焚香禱告，懇求觀世音菩薩開啟書豪的智慧，然後教書豪誦唸觀音經。本來反應遲鈍記憶力極差的書豪，數天後竟然自己單獨能夠流利地背誦觀音經，黃女士非常高興，書豪平常最怕背書，對於自己能夠背誦長達八十個字的經文，也感到前所未有的欣慰，信心驟增，對誦唸觀音經的興趣漸漸濃厚起來，於是每天都會自覺地誦唸觀音經。親友得知書豪能誦念觀音經，為了考一考書豪，便要求書豪背誦給大家聽，害羞的書豪，面對着大家非常淡定，一字一字地將觀音經背誦出來，大家齊聲稱讚書豪進步了。

半年後期終考試，書豪各科成績已經提高到六十分以上。老師對於書豪的成績，一躍而至六十分以上，在班級會議上給予表揚，並且鼓勵書豪繼續努力，爭取更好成績。

書豪把成績表和老師的表揚，告訴媽媽，黃女士不禁激動地不斷感激觀世音菩薩加持，開啟了書豪的智慧。

（二）劉女士唯一的男孩，家駿年四歲，就讀幼稚園中班。家駿長得眉清目秀，很受老師和同學的喜愛。班裏的文娛節目，老師都會挑選家駿參加。

由於家駿較遲鈍，所以訓練期間老師必須花多一倍的時間來教他。到了演出的時候，他是全班最英俊的孩子，但是他的動作完全走樣了，無法與大家協調，引起台下哄

堂大笑。

在上識字課時，學識人、口、手、足的單字，家駿學完就忘記了。老師耐心地特別輔導家駿，但是他的遲鈍、善忘的情況並沒有改善。於是老師向劉女士建議，帶家駿去檢查一下大腦是否有問題。

劉女士自己也曾懷疑家駿的大腦有問題，正當她悶悶不樂的時候，學生時代的好友到訪。閒聊之間，劉女士把家駿在學校和家裏種種遲鈍、善忘，令人擔憂的情況，向好友細訴。好友聽後，真不相信眼前英俊、可愛的家駿會有這方面的問題。由於自己一心向佛，而且感應良多，好友便向劉女士建議，每天教家駿唸誦觀音經，希望菩薩幫助家駿開啟智慧。翌日晚上，劉女士便面向觀世音菩薩，

誠心禮拜，懇求菩薩慈悲加持智慧，讓家駿早日能與正常小孩一樣聰明活潑。然後抱着家駿坐在自己的大腿上，把全篇經文共八十個字，一字一句地教家駿唸。

到了第二天晚上，奇蹟出現了，家駿竟主動要求與媽媽一起唸經。到了第三天晚上，更大的奇蹟出現了，出乎意料之外，家駿竟然要求自己獨個兒背唸觀音經，而且很清楚地背誦出來，唸完之後劉女士情不自禁地鼓掌表揚。從此以後背誦觀音經便成為家駿每天自覺的一課。

老師和親戚們聞知家駿會背誦觀音經，不論在學校或親戚家裏，都被要求背誦，每次家駿都有板有眼地背誦觀音經。大家對於一個年僅四歲的小孩竟能如此流利地背誦觀音經特別感到驚訝和可愛，不禁報以熱烈的掌聲鼓勵他。

隨着時間的過去，家駿在學校的表現逐漸進步。大約半年時間，成績已經與其他同學一樣優良。

劉女士半年來，眼看家駿的進步，深深地感恩觀世音菩薩慈悲賜福，開啟了家駿的智慧。

七、稱念聖號　空難奇蹟

一九九〇年十月二日，從廈門飛往廣州的航機，被匪徒劫持。青年佛教徒馮錦標、黃昌華、林婉明到廈門公幹後，正乘這架飛機返回廣州。飛機起飛後不久，服務員宣佈航機被劫持了，但絕對保證各位乘客的人身安全。

這時馮錦標對黃、林二人說：「快念觀世音菩薩，一定可以消災免難。」於是他們三人至誠稱念觀世音菩薩聖號。

馮錦標在閉目稱念聖號時，心無雜念，心中清楚地看見眼前一片光明，觀世音菩薩現身其中。

飛機在空中盤旋一個多小時後，燃油耗盡了，在廣州白雲機場緊急降落。飛機一着地，全體乘客面露笑容，紛紛鼓掌，就在這一瞬間，飛機突然轉彎，撞到停機坪上一架飛機，又猛地拉起來，後面又撞到另一架正準備起飛的上海航機，一聲爆炸巨響，飛機頓時斷成兩截。正好在他們三人座後一二排，他們三人立即鼓足全身力氣，從折斷處飛奔着離開飛機，接着機頭向前翻了二個跟斗，燃起熊熊的烈火，幾秒鐘後，燃燒着的飛機，響起斷斷續續的爆炸聲，霎時機場濃煙滾滾，出現一片火海。

此次空難死傷一百多人，活命的除斷臂缺腿重傷十餘人

外，只有他們三人，僅表皮受一點輕傷。清理現場時，所有行李東西都化為灰燼，馮錦標所帶的幾本佛教書籍卻完好無損，當人們發現這一奇蹟時，無不稱道佛法不可思議。

八、至誠默念　化險為夷

我是瀋陽市人，年六十三歲。平素敬奉觀世音菩薩，每天至誠誦念觀世音菩薩聖號。

一九八八年四月底，我去江西省南昌市探親。於五月十五日返回瀋陽的途中，距浙江省金華市三十里的地方，我所乘坐的長途汽車與對面開來的汽車相撞，導致五人死亡，包括司機，七人重傷，全車共三十二人，只有我一個沒有受傷，其他的都是輕傷。

詳細的經過如下：汽車在夜間長途行駛，上車時我的坐位靠窗，就依窗睡覺。車子相撞之前半小時，臨座的青年與我換坐位。我看他睏得可憐，就換給他坐窗口位，他依窗而睡。兩車相撞後，窗上玻璃全被震碎了，與我掉換坐位的青年人，玻璃碎片割破他的脖子大動脈，流血過多而死去。重傷七個人的座位，在該位青年人的前後方。但奇怪的是，我坐近他竟毫無損傷。

我上車後，至誠默念「南無觀世音菩薩」聖號。與青年換座位後，佛號仍不離口；直至汽車停下來，才知道是車禍。

是觀世音菩薩救了我的命，我深感菩薩庇蔭之恩。今後一定多做善事，至誠念佛，禮佛供養，以報佛恩。

九、念大悲咒　能治邪病

我相信佛法已有十多年了，法名叫文敏。以前晚上睡着覺，經常好像被甚麼東西壓得緊緊的，要翻身翻不動，要喊也喊不出聲，自己用盡了力氣大喊，別人只能聽到一點微弱的聲音，喉嚨口像是有一口痰，塞住喉管，悶得真難受，心想我就會這樣死去的，要掙扎了很久，才能鬆氣。

自從我學會念「大悲咒」，這些現象都沒有了。我每天早上起床洗漱完畢，第一件事就是燒香拜佛，供一杯淨水，念五遍「大悲咒」，功課完畢後，合掌請大悲咒聖水飲服，臨入口時，恭敬至心鄭重，然後飲下，天天如此。現在精神比以前好多了，「大悲咒」能治邪、健身，大家可以試試。

以前我不會念經咒，也不知道如何修行，改造內心世界，發菩提心等等，只知道求佛菩薩保佑。現在明白到求佛菩薩保佑，心裏只有我，心量太狹窄，太自私了，這樣和佛菩薩的大悲心不相應，是不究竟的。學佛一定要徹底清除自私的為我心，要發大悲心為他人着想，幫助別人。有了錯誤要懺悔改正，再吃齋、念經、念佛，要使心地清淨，盡力多做行善好事方便別人，這樣才能和佛法接近。

江西省南昌市吳文敏

十、觀世音菩薩　免災又除病

我叫毛翠英，浙江省寧波市人，住在曙光路。一九九二年農曆三月初九日傍晚，我家廚房的屋樑突然塌下來。而在塌下的五分鐘前，我的小兒媳正在樑下的灶頭炒菜。塌下的時候，小兒媳剛炒好了菜，離開爐灶，僅僅是五分鐘，才幸免大災難。因為平時小媳婦持誦白衣大士神咒，凡是塑佛像、建佛殿她都隨緣樂助。

屋樑塌下之前，我坐在樑下方，忽然聽見異常的聲音，馬上向門口走了一步，只聽見驚心動魄的一陣巨響，木樑、瓦、磚傾瀉下來，堆積起來達半米高。我被掉下來的木樑碰傷了背椎骨，家人馬上送我到醫院，當我躺在病床準備拍X光片的時候，重達三公斤的X光片機頭突然翻

落下來，只落在我的枕頭邊，一場虛驚，沒有受傷。佛力保佑我幸免於難。

回家後背椎骨酸痛難忍，我躺在床上，心裏一心稱念南無觀世音菩薩，第四天後午睡時，夢中菩薩拿一大粒紅色藥丸，給我含在嘴裏。夢中吞下時，咳嗽起來，醒來時頭腦清醒，痛處顯著好轉，能夠下床行走了。這是大慈大悲觀世音菩薩尋聲救苦，特來救我。我衷心祝願：一切眾生脫離病苦，同生淨土。

謹以本書之功德迴向給贊助出版的善心人士，並祈求國泰民安，社會風氣日漸改善，人人增長福慧，身體健康，事事順利，祈求皆如願。

本會全體義工在此致萬分感謝，共襄善舉，多謝。

十一、白衣觀世音　睡夢中治病

我叫梁中原，是吉林省公主嶺市人，住在正陽街永安胡同。一九九二年，我岳母九十四歲。她年輕時信仰其他宗教，因患乳腺癌，痛苦萬分，一九九一年初，家人勸她信奉佛教。開始時她不接受，因病苦折磨，也就信了，從此發心日夜念佛菩薩聖號。但因宿業太深，服用鎮痛藥無效，要打止痛針抑制病痛。怎麼辦呢？我忽然想起大悲聖水的神效，於是在佛前供淨水，敬香叩頭，誦念大悲咒四十九遍，然後拿大悲水給她喝，如此連服三天。到第三天晚上，岳母看見窗上有亮光，接着有幾位婦女進屋，往她的嘴裏喂小藥丸。醒來，原來是在做夢，起來喝水後又入睡。又再夢見一位光頭穿白衣的老太太，坐在床邊。她

這時才想起是佛菩薩給我藥吃，就跪下叩了三個頭，醒來全明白了。隔了一天的晚上，夢中白衣觀世音又往她嘴裏送一些玉米般大的藥丸，此後疼痛全消了。她本來只吃十齋，為報佛恩，就持長齋了，並且後悔的說，我信佛太晚了。

十二、觀世音菩薩　救苦又救難

（一）我叫胥國慶，四川省南充市人。我於一九八七年四十二歲時患心臟病，一年比一年嚴重。身上的大關節患風濕痛。醫生都說，這兩種病很難根治。

於一九九一年四月我看到「三世因果經」，閱後相信今世的病是因為前世未修福所致。因而決心修習佛法，將來壽終後往生西方極樂世界。我同時懇求菩薩保佑我：

「減少病痛、改長報為短報、化重報為輕報。」佛書中說：「一個人信佛，全家受福蔭。」我皈依三寶至今一年了，心臟病、風濕病及其他小病，都完全消失，藥也停服。我的太太也皈依三寶。她在未結婚前就患頭痛症，頭痛的時候怕風、怕下冷水、頭暈、吃不下東西，並且常嘔吐，目前已減輕了百分之八十。

（二）我太太的姐姐賈玉萍，南充市床單廠工人，四十一歲，孀居。其長子十六歲、次子十歲，母子三人相依為命。賈玉萍一生坎坷，青年守寡。去年腰部經常疼痛，經常吃藥不見好，到了年底疼痛加劇、走路無力、厭食。為了不影響兩個孩子過春節的情緒，拖延到春節後才去醫院檢查，確診為右腎已壞、周圍有水泡。醫生建議：切除右腎，

以免左腎受感染。但要住院，須繳費一千元，還不包括輸血的費用。她收入少，沒有這兩筆錢，就打消住院的決定。

過了不久，尿道導管檢查後，左腎劇烈疼痛。她的大兒子急忙跑來叫我。我立即趕去，在門外就聽到病人的痛苦呻吟聲。我告訴她：「目前這種病症，醫藥無效，非人力所能為。唯有祈求大慈大悲觀世音菩薩最靈。」她強忍着痛苦，念觀世音菩薩聖號；我幫助念大悲咒。不可思議的是，過了一會兒，病人一點也不覺得痛了。她只休息一天就上班了。一般尿道導管檢查的病人，要休息三天才能恢復。我又勸她發願：求菩薩保佑，不需要動手術開刀，以後皈依三寶。自從她發願至今已經九個月了，她連一點病痛的感覺都沒有。

（三）南充市蓄電池廠女工楊素冬，二十八歲，從小體

弱多病，並時常做惡夢。一九九二年六月開始，夜夜不能入睡：只要眼皮一合，就見一個高大的男鬼掐她的脖子，(始終看不見鬼的臉)使她呼吸困難。過了一段時間，還看見屋中有一群鬼按她的頭和腿。楊素冬日夜難眠，她母親到處求神、畫符均無效果。今年九月，楊素冬找我弟媳，請我設法幫忙。我托弟媳轉送一本觀音大士白衣神咒給楊素冬，並建議她拜書中的觀音菩薩聖像，持誦神咒和菩薩聖號，她每天不間斷。現在每天都能安捶了。

啟事

歡迎各商場、商鋪來電索取善書及勸世格言，擺放於商場、商鋪內，方便市民獲得；為推廣善書，挽回頹風，扶持正氣，造福社會，廣結善緣，共襄善舉，功德無量！

十三、持大悲咒　兩次免難

余秀潤老太太，浙江省鎮海縣人，年七十七歲，住上海市密雲路。信奉佛教多年，每天除念南無觀世音菩薩聖號，還誦念「金剛經」、「地藏經」、「普門品」等大乘經典，特別每天堅持念「大悲神咒」四十九遍，以祈菩薩加持，消災免難。

一九九三年三月下旬，余老太太不慎跌倒，折斷了左腿股骨頸，醫院診斷必須開刀，植上合金夾板，才不影響行路。余老太太拒絕動手術，跌傷後劇痛三晝夜，只一心念觀世音菩薩聖號，祈求保佑。第四天，奇蹟出現，竟然痛苦全消。過幾天後再到醫院拍X光片檢查，發現斷處竟自行按正確部位逐漸癒合，醫師指示照此情況，可以不需

要開刀加固，只須靜養護理一個時期。至今將近一年，既無痛苦，也無畸形，步履正常，真是逢凶化吉，不可思議。

去年七月下旬，余老太太突然患惡性嘔吐，不能飲食；同時大便秘塞不通。經醫院診斷是腸癌，必須手術治療。當時上吐下秘，結腸部位劇烈陣痛，前後已十天不通大便。不料在醫師決定要輸血、開刀的前二天，竟然自動瀉下一塊像栗子般大小的堅硬結石，從此痛症即時緩解，醫師才認為這是大腸梗阻，不需要進行手術。這樣余老太太又一次避免了開刀的麻煩和痛苦。

一年之中，兩次危症都化險為夷，平安渡過，這是余老太太平時一心念誦觀世音菩薩聖號和大悲咒的感應。菩薩有求必應，才有不可思議的奇蹟。

怎麼樣才能獲得感應

為什麼有的人誦咒念經有感應，有的人卻沒有感應呢？這是每個人的德行不同的緣故。我們必須學會自我檢討，是否達到做人最基本的準則：

第一：對父母應盡孝道，尊敬師長，對兒女盡責教養，對夫妻兄弟姐妹應互相愛護，對朋友親屬互相關懷。觀世音菩薩代表大慈大悲的精神，祂是建立在孝敬的基礎上，沒有孝敬心，絕對不會有慈悲心。如果我們能夠做到孝親尊師，就成為觀世音菩薩的慈悲精神。

第二：不要殺生，一切動物都有靈性，都是貪生怕死。做人必須要有惻隱之心，既然我們不願意被別人傷

害，更何況殺害我們，那麼我們怎麼能忍心殺害動物，動物被殺時候的掙扎和慘叫聲，希望能喚醒我們的良知。如果能夠吃長齋，或者吃早齋，或者每逢初一、十五吃齋，那麼誦咒念經感應的效果顯著。殺生的果報是短命，有許許多多的災難。

第三：不偷盜，不論是國家的公物，公司的財物，別人的東西，都不能偷盜，任何東西未得到對方的同意，不得任意私自取用。偷盜的果報是貧窮。

第四：不邪淫，人若能夠守住不邪淫，便能夠守住富貴。邪淫的果報是下世鴛鴦鴿報。

第五：守口業，語言要謹慎，言語不能傷人，要柔和、有信用、誠實。要做到：

一、不妄語、不欺騙。妄語是說沒有理由的話。
二、不兩舌，兩舌是挑撥是非。
三、不惡口，惡口是說話粗魯、很難聽。
四、不綺語，綺語是花言巧語，目的都是欺騙人。

第六：助人為樂、多行布施，經濟不許可的話可以：

一、心施：心存誠懇、恭敬、謙讓、和樂、感恩、善愍、寬恕之心。（註：愍，音敏—憐憫。）
二、面施：微笑，時時保持微笑，使人受益無窮。
三、眼施：慈眼觀一切眾生，不嫉妒，不以勢利眼去瞧不起人。
四、身施：幫助別人，尤其是幫助傷、殘、老、弱人士，不求回報的助人。

五、言施：說好話，讚嘆好人好事，不要攻擊其他宗教，尊重別人的信仰。

六、座施：公共車船上讓座與老弱婦孺。

以上是不需要花錢，人人都能做得到的布施。當然有錢的話，應該多作財布施，因為財布施是富貴常存方法，懂得財布施的人，是富人之中的富人。

我們作為一個普通人，或者初學佛的人，只知求消災獲福，是自然不過的事。在生命的旅途中，求健康、求事業、求婚姻、求子、求善終等等，這是每個處於凡夫地位的人所追求的。

那麼如何追求與體驗感應呢？首先應以至誠之心，相信觀世音菩薩的確存在，常住不滅。其次，要誓願效法菩薩大慈大悲的精神，諸惡莫作，眾善奉行，隨緣盡力，

盡量做我們所能做到的一切善事。此外，發心持念聖號，或持誦觀音經咒，如白衣神咒、大悲咒、普門品、金剛經等，成為每日必修功課，持之以恆。如果您按照此誓願，努力實行，則您的悲願就與菩薩的悲願相應，必可獲得菩薩時時護佑，增進福慧，化解災難，每當遇到無法解決的困難，憑着真誠的信仰，必可獲得不可思議的感應。

不過「感應」只是佛法的一部份，並非全部。因此持誦聖號、經咒，雖然可以獲得不可思議的效果，但不是學佛的究竟目標。感應只不過是菩薩慈悲，為了引導世人－凡夫、初學佛者－皈依佛法所開的方便法門，我們不可以自滿於此一境界，應該更上一層樓，追求菩提正果，成就無上佛道，才是學佛的最後目標。（註菩提正果：覺悟佛道的結果。）

什麼是順、逆、顯、隱度

當眾生有苦難的時候，虔誠地向佛菩薩祈禱，這叫做「感」；佛菩薩救度眾生，這叫做「應」。如果「感」與「應」兩者得到貫通以後，那麼眾生的苦厄就能得到解脫。

佛菩薩救度眾生，有順度、逆度、顯度、隱度四種。

一、順度：行善積德，虔誠祈禱，求病得癒，求事順遂，這是順度。

二、逆度：修善積德，受佛菩薩之逆度的眾生，多數佛緣深厚；求壽反而夭折，或求諸事不遂，順其前世因果；遇逆境之痛苦，而覺悟人生，反觀一心向佛獲得解脫。（例如本書第32頁的實例稱為逆度）

三、顯度：行善積德，危難之時，虔誠祈禱，佛祖菩薩現身，這是顯度。例如重病、水火災、車禍等。

四、隱度：行善積德，虔誠祈禱，得貴人扶助，機緣巧合，這是隱度。如求職、姻緣等。

佛菩薩慈悲普度眾生，若是遇到人力所絕對不能挽回的事情，就以不可思議的神力加以救度。若是遇到世間常理可以辦到的，就於冥冥之中，使其機緣湊合加以救度，而並非事事都以不可思議的方式。所以我們必須明白，佛菩薩是以不同的方式救度眾生，這就是順度、逆度、顯度、隱度的度化道理。

觀音大士讚

觀音大士　悉號圓通　十二大願誓弘深　苦海度迷津

救苦尋聲　無剎不現身　南無觀世音菩薩　三稱

發願迴向文

願消三障諸煩惱　願得智慧真明了

普願罪障悉消除　世世常行菩薩道

千手千眼無礙大悲心陀羅尼（大悲咒）

紅字廣東話註音
藍字普通話註音

南無喝囉怛那哆囉夜耶 1 南無阿唎耶 2 婆盧羯帝爍
南磨河喇丹螺多喇耶夜　南磨柯尼夜　婆勞基地初
nā mō hé là dán nú duō là yè yē　nā mō ā lì yē　pó lú jié dì shùo

鉢囉耶 3 菩提薩埵婆耶 4 摩訶薩埵婆耶 5 摩訶迦盧
波喇夜　蒲提殺多婆夜　磨苛殺多婆夜　磨苛加勞
bō là yē　pú tí sà duǒ pó yē　mó hē sà duǒ pó yē　mó hē jiā lú

尼迦耶 6 唵 7 薩皤囉罰曳 8 數怛那怛寫 9 南無悉吉
彌加夜　晏　沙貧喇花衣　蘇丹羅丹赦　南磨詩基
ní jiā yē　ǎn　sà pó là fá yí　shù dá nú dá xiě　nā mó xī jí

唎埵伊蒙阿唎耶 10 婆盧吉帝室佛囉楞馱婆 11 南無那
尼多衣蒙柯尼夜　婆勞基地詩乎喇令陀婆　南磨羅
lì duǒ yī méng ā lì yē　pó lú jí dì shì fó là líng tuó pó　nā mó nú

囉謹墀 12 醯唎摩訶皤哆沙咩 13 薩婆阿他豆輸朋 14 阿
喇堅池　詩利磨苛貧多沙未　殺婆苛拖豆書朋　柯
là jìn chí　xī lì mó hē pó duō shā miē　sà pó ā tuō dòu shū péng　ā

shì 逝 詩
yùn 孕 咽

15
sà 薩 殺
pó 婆 婆
sà 薩 殺
duō 哆 多
nú 那 羅
mó 摩 麼
pó 婆 婆
sà 薩 殺
duō 哆 多
nú 那 羅
mó 摩 麼
pó 婆 婆
qié 伽 騎

16
mó 摩 麼
fá 罰 花
tiè 特 打
dòu 豆 豆

17
dá 怛 丹
zhí 姪 之
tuō 他 拖

18
ǎn 唵 晏
ā 阿 柯
pó 婆 婆
lú 盧 勞
xī 醯 詩

19
lú 盧 勞
jiā 迦 加
dì 帝 地

20
jiā 迦 加
lúo 羅 羅
dì 帝 地

21
yí 夷 依
xī 醯 詩
lì 唎 利

22
mó 摩 麼
hē 訶 苛
pú 菩 菩
tí 提 提
sà 薩 殺
duǒ 埵 多

23
sà 薩 殺
pó 婆 婆
sà 薩 殺
pó 婆 婆

24
mó 摩 麼
là 囉 喇
mó 摩 麼
là 囉 喇

25
mó 摩 麼
xī 醯 詩
mó 摩 麼
xī 醯 詩
lì 唎 尼
tuó 馱 陀
yùn 孕 咽

26
jù 俱 俱
lú 盧 路
jù 俱 俱
lú 盧 路
jié 羯 基
méng 蒙 蒙

27
dù 度 度
lú 盧 路
dù 度 度
lú 盧 路
fá 罰 化
shé 闍 些
yé 耶 耶
dì 帝 地

28
mó 摩 麼
hē 訶 苛
fá 罰 化
shé 闍 些
yē 耶 耶
dì 帝 地

29
tuó 陀 陀
là 囉 喇
tuó 陀 陀
là 囉 喇

30
dì 地 地
lì 唎 利
ní 尼 彌

31
shì 室 詩
fó 佛 乎
là 囉 喇
yé 耶 夜

32
zhē 遮 嗟
là 囉 喇
zhē 遮 嗟
là 囉 喇

33
mó 麼 麼
mó 麼 麼
fá 罰 花
mó 摩 麼
là 囉 喇

34
mù 穆 毛
dì 帝 地
lì 隸 里

35
yī 伊 衣
xī 醯 詩
yí 伊 而
xī 醯 詩

36
shì 室 詩
nà 那 喇
shì 室 詩
nà 那 喇

37
ā 阿 苛

là 囉 喇 shēn 嘇 山 fó 佛 乎 là 囉 喇 shè 舍 赦 lì 利 利

38 fá 罰 化 shā 沙 紗 fá 罰 化 shēn 嘇 山

39 fó 佛 乎 là 囉 喇 shè 舍 赦 yē 耶 夜

40 hū 呼 呼 lū 盧 佬 hū 呼 呼 lū 盧 佬 mó 摩 麼 là 囉 喇

41 hū 呼 呼 lū 盧 佬 hū 呼 呼 lū 盧 佬 xī 醯 詩 lì 唎 利

42 suō 娑 疏 là 囉 喇 suō 娑 疏 là 囉 喇

43 xī 悉 詩 lì 唎 利 xī 悉 詩 lì 唎 利

44 sū 蘇 蘇 lū 嚧 佬 sū 蘇 蘇 lū 嚧 佬

45 pú 菩 蒲 tí 提 提 yè 夜 夜 pú 菩 蒲 tí 提 提 yè 夜 夜

46 pú 菩 蒲 tuó 馱 陀 yè 夜 夜 pú 菩 蒲 tuó 馱 陀 yè 夜 夜

47 mí 彌 尼 dì 帝 地 lì 唎 尼 yè 夜 夜

48 nú 那 羅 là 囉 喇 jìn 謹 堅 chí 墀 池

49 dì 地 地 lì 利 里 sè 瑟 施 ní 尼 彌 nú 那 羅

50 pó 婆 婆 yè 夜 夜 mó 摩 麼 nà 那 喇

51 suō 娑 疏 pó 婆 婆 hē 訶 苛

52 xī 悉 詩 tuó 陀 陀 yè 夜 夜

53 suō 娑 疏 pó 婆 婆 hē 訶 苛

54 mó 摩 麼 hē 訶 苛 xī 悉 詩 tuó 陀 陀 yè 夜 夜

55 suō 娑 疏 pó 婆 婆 hē 訶 苛

56 xī 悉 詩 tuó 陀 陀 yú 喻 如 yì 藝 意

57 shì 室 詩 pó 皤 貧 là 囉 喇 yè 夜 夜

58 suō 娑 疏 pó 婆 婆 hē 訶 苛

59 nú 那 羅 là 囉 喇 jìn 謹 堅 chí 墀 池

60 suō 娑 疏 pó 婆 婆 hē 訶 苛

61 mó 摩 麼 là 囉 喇 nú 那 羅 là 囉 喇

62 suō 娑 疏

婆訶　pó hē　（婆苛）63

悉囉僧阿穆佉耶　xī là sēng ā mù qié yē　（詩喇生呵武騎夜）64

娑婆訶　suō pó hē　（疏婆苛）65

娑婆摩訶阿悉陀夜　suō pó mó hē ā xī tuó yè　（疏婆麼苛呵詩陀夜）66

娑婆訶　suō pó hē　（疏婆苛）67

者吉囉阿悉陀夜　zhě jī là ā xī tuó yè　（姊寄喇呵詩陀夜）68

娑婆訶　suō pó hē　（疏婆苛）69

波陀摩羯悉陀夜　bō tuó mó jié xī tuó yè　（坡陀麼基詩陀夜）70

娑婆訶　suō pó hē　（疏婆苛）71

那囉謹墀皤伽囉耶　nú là jǐn chí pó qié là yē　（羅喇堅池貧騎喇夜）72

娑婆訶　suō pó hē　（疏婆苛）73

摩婆利勝羯囉夜　mó pó lì shèng jié là yè　（麼婆厘升寄喇夜）74

娑婆訶　suō pó hē　（疏婆苛）75

南無喝囉怛那哆囉夜耶　nā mó hē là dā nú duō là yè yē　（南磨河喇丹螺多喇耶夜）76

南無阿利耶　nā mó ā lì yē　（南磨柯尼夜）77

婆盧吉帝　pó lú jī dì　（婆勞基地）78

爍皤囉夜　shuò pó là yè　（初貧喇夜）79

娑婆訶　suō pó hē　（疏婆苛）80

唵悉殿都　ān xī dĭan doŭ　（晏司殿都）81

漫哆囉　màn duō là　（萬多喇）82

跋馱耶　bá tuó yē　（巴陀夜）83

娑婆訶　suō pó hē　（疏婆苛）84

南無般若會上佛菩薩 三稱

般(波)若(野)波羅蜜多心經（心經）

唐三藏法師玄奘譯

註：紅字是廣東話註音

觀自在菩薩　行深般(波)若(野)波羅蜜多時　照見五蘊皆空
度一切苦厄　舍利子　色不異空　空不異色　色即是
空　空即是色　受想行識　亦復如是　舍利子　是諸
法空相　不生不滅　不垢不淨　不增不減　是故空中
無色　無受想行識　無眼耳鼻舌身意　無色聲香味觸
法　無眼界乃至無意識界　無無明　亦無無明盡　乃

至無老死　亦無老死盡　無苦集滅道　無智亦無得

以無所得故　菩提薩(殺)埵(多)　依般(波)若(野)波羅蜜多故　心無罣(掛)礙(外)　無罣(掛)礙(外)故　無有恐怖　遠離顛倒夢想　究竟涅(獵)槃(盤)

三世諸佛　依般(波)若(野)波羅蜜多故　得阿耨(紐)多羅三藐(渺)三菩提

故知般(波)若(野)波羅蜜多　是大神咒　是大明咒　是無上咒　是無等等咒　能除一切苦　真實不虛　故說般(波)若(野)波羅蜜多咒

即說咒曰

揭(嫁)諦(爹)揭(嫁)諦(爹)　波(怕)羅(挪)揭(嫁)諦(爹)　波(怕)羅(挪)僧(生)揭(嫁)諦(爹)　菩提薩婆訶

白衣觀音大士靈感神咒（白衣神咒）

註：紅字是廣東語註音

南無大慈大悲救苦救難廣大靈感觀世音菩薩摩訶薩

三稱三拜

每圈須誦念二十遍後，再三稱三拜南無大慈大悲救苦救難廣大靈感觀世音菩薩摩訶薩

南無佛　南無法　南無僧　南無救苦救難觀世音菩薩

怛(丹)垤(之)哆(拖)　唵(菴)　伽(騎)囉(喇)伐(花)哆(多)　伽(騎)囉(喇)伐(花)哆(多)　伽(騎)訶(啊)伐(花)哆(多)　囉(喇)伽(騎)伐(花)哆(多)　囉(喇)伽(騎)伐(花)哆(多)　娑(梭)婆(婆)訶(啊)

天羅神　地羅神　人離難　難離身　一切災殃化為塵

南無摩訶般(波)若(野)波羅蜜

觀音經

南無觀世音菩薩。南無佛。南無法。南無僧。與佛有因。與佛有緣。佛法相因。常樂我淨。朝念觀世音。暮念觀世音。念念從心起。念佛不離心。天羅神。地羅神。人離難。難離身。一切災殃化為塵。

南無摩訶般(波)若(野)波羅蜜。

誦咒須知（白衣神咒）（大悲咒）

誦咒者必須至誠心正、心念集中。日常生活必須戒殺生、戒惡言、戒易怒、戒懶惰，盡力布施行善。如果能夠吃長齋或吃早齋配合，那麼效驗更加顯著。這樣，咒力、願力、心力，產生了感應力，達到逢凶化吉、消災、除病的效驗。

誦咒最好於清晨，梳洗淨口淨身後焚香面對觀音菩薩聖像，至誠頂禮，然後誦咒，誦完咒再誦發願迴向文三次。每誦咒二十次，用潔淨的紅筆點一圓圈，每頁有六百圓圈，合計一萬二千次，誦完一頁為滿一願，然後焚化，用潔淨紙包好字灰，送到大海或江河中。並且印送一千二百本白衣觀音神咒。略表感謝觀世音菩薩恩德。

（註：凡誦咒或念經的人，最好能持長齋或早齋，如果不能至少持觀音齋或持十日齋、六日齋、初一、十五持齋，尤其必戒殺放生，多行善布施，則有不可思議的感應。）

虔誦二十遍用紅筆填一圈

白衣神咒（每日必須正心、誠意、虔誦、切不可間斷。）

發願迴向文

願消三障諸煩惱
普願罪障悉消除

願得智慧真明了
世世常行菩薩道

填滿一圈為一願所求必應

（為保持善書完整，勿撕下本頁，可影印後使用。）

G調：4/4 # 佛前懺(一)

|2 -3 - |1-61|2 -25|3 5 6 1 5 6|

今 天 到 佛 寺 拜禱 莊 嚴 佛 菩

|1-2327|6561|5-3232|12765|

薩 想得解脫 無明 業惡緣 觀音 呀 等我虔誠

|3532132|72357|6-761|5-6156|

深 深 懺皆因 壞 苦 重 重 現 故特 來 跪

|1-517|652·2|353532|1- -27|

拜 求懺在 佛前燈 請 觀 音 指 引 開我

|653532|1- -27|65561|652- |

原 來 真 本 性 使我 滅除煩惱 慢疑心

|2325|61561- |23276561|5-1276|

貪瞋 癡能 斷 去 歸依守戒願隨佛永恆免得再墮

|5615- ||

凡 塵

G調：4/4　　# 佛前懺(二)

|2 - 1 - |6 - 1| - 3 ·5 6 1|5 - - - |5 - 1 - |

頂禮　跪拜　如來佛　前　　來赦

|2 - 3 - |3 5 6 1|5 - - - |1 2 6 1 3 5|

今　昔　重重業　緣　　我今願發菩提

|2 - 3572|5 - - 21| 6 1 2 1 2 3|5 - 6 1 5 6|

心　虔誠意參禪　想到自　身寄娑　婆幼變無實

|1 - 6 5|3 · 5 5 5|5 5 1 6 1|3 5 6 6 3 3 6|

性心意　願我晚晚　叩拜　觀音　誦經願得般若

|1 1 2 1 1 2|3 - 6123| 1 2 1 2 7 6|5 1 5 6 1|

智慧將妄意掃清 佛法專心進修永不再被煩腦蒙蔽

|6 5 5 6 5 - |1 3 2 - |2 3 2 1 7 6 1|

失卻了本性　我皈依　色空參透斷無

|5 - - - ||

明

G調 ： 2/4

觀音靈感歌

| 5 1 | 2542 | 1 - | 1216 | 5 - | 4246 |

南 無 觀世音菩薩 大發慈悲心 功行海洋

| 5 - | 16 5 | 46 5 | 2542 | 1 - | 2226 |

深 駕慈航 度迷津 感化有緣人 十四種無

| 5 - | 21656 | 1 - | 5561 | 3 - | 5325 |

畏 三十二化 身 千手及千眼 降伏眾魔

| 1 - | 1244 | 2421 | 6124 | 1 - | 1216 |

軍 大慈大悲救苦救難靈感觀世音 蓮座湧慈

| 5 - | 4246 | 5 - | 16 5 | 46 5 | 2542 |

雲 隨處現金身 楊枝水 灑凡塵甘露潤群

| 1 - | 2226 | 5 - | 21656 | 1 - | 5561 |

生 朝念觀世音 暮念觀世 音 念念從心

| 3 - | 5325 | 1 - | 1244 | 2421 | 6124 | 1 - ||

起 念念不離心 永離八難一切災殃苦厄化為塵

大悲願

南無大悲觀世音，願我速知一切法。
南無大悲觀世音，願我早得智慧眼。
南無大悲觀世音，願我速度一切眾。
南無大悲觀世音，願我早得善方便。
南無大悲觀世音，願我速乘般若船。
南無大悲觀世音，願我早得越苦海。
南無大悲觀世音，願我速得戒定道。
南無大悲觀世音，願我早登涅槃山。
南無大悲觀世音，願我速會無為舍。
南無大悲觀世音，願我早同法性身。

禮佛消災、健身、延壽的原理

佛教行最敬禮時，下跪，兩肘、雙膝和頭部都貼着地面，雙掌心向上，恭敬迎接佛，稱為「五體投地」，比喻敬佩到極點。楞嚴經卷一：「五體投地，長跪合掌，而白佛言。」

為什麼說念佛、拜佛可以消除業障呢？念佛、拜佛都應該出於自願自覺的，才會滿懷虔誠恭敬的心五體投地，拜佛時掌心朝上，是準備接佛的雙足，迎接佛的光明，觀想大慈大悲的佛站在你的雙掌之上，面對着佛欣喜萬分，流露出發自內心的微笑。整個動作自然、柔軟、謙和，這樣身、口、意都清淨恭敬，無絲毫的雜念，全身感覺到輕鬆、舒暢，充滿歡喜心，就可以消除過去自己身心行為不

合理所造成的障礙—消業障。

為什麼懺公老師父再三推崇讚嘆：「拜佛是最好的運動，比氣功和太極拳更好」呢？

只有親身體驗過拜佛利益的人，才能理解和贊同懺公老師父的話是千真萬確的，而且有充份的醫學根據。

現代人缺乏運動，全身肌肉繃緊，長期直立和坐，脊椎骨處於垂直狀態，每一節脊椎骨之間的縫隙長期的擠壓着。而脊椎是人體的神經中樞，主管着五臟六腑的運行，每節脊椎之間佈滿血管和神經的通道，因為脊椎間的互相擠壓的關係，使血流不通，神經不暢，無法充份地輸送營養和氧氣到頭部和內臟各部器官的細胞，引起容易疲倦，頭暈的症狀。而內臟的細胞因缺氧，就容易成為癌細胞。

拜佛是自上至下的全身運動，包括頭、頸椎、脊椎、腰椎、手、腳和呼吸。所以拜佛有如下三大利益：

（一）拜佛時，頭柔軟地低垂到貼近胸部，使脖子的七節頸椎骨，一節一節的拉開來，這樣頸動脈、椎動脈不再受擠壓，供血流暢，供氧豐富，腦部血流量充足了，改善腦功能，消除容易疲倦和頭暈的症狀。所以當你拜完佛之後，頭腦覺得很清醒，精神飽滿。堅持長期拜佛，能夠使臉色逐漸轉為紅潤。

（二）拜佛時，彎腰、曲膝，把背部、腰部的肌肉都拉長放鬆，使每節脊椎骨之間的隙縫充份地拉開來，這樣血流、神經通暢無阻，可以消除背痛腰痠的症狀。同時充份地輸送營養和氧氣到內臟各器官，使各器官健康運作。

（三）拜佛可以增加肺活量，下拜時額頭輕叩地面三次，胸、腹都貼着大腿，腹部收縮，橫隔膜也強力收縮，使你徹底地吐氣，迫出肺部污濁的廢氣，誘導丹田深呼吸。當拜完要起立的時候，趁着吸氣的力量站起來，橫隔膜放鬆，吸入清淨的空氣。這樣完整而徹底的深呼吸，平時是做不到的，只有拜佛時完全能做到，吐盡陳積的骯髒空氣，吸入清新的氧氣。血流因為深呼吸的作用，很順暢流回心臟再流出去，使我們全身每個細胞都能夠在拜佛中得到豐富的滋養和氧氣，隨着持之以恆的拜佛，那麼你的身體會逐漸健康起來是理所當然的事。

背塵合覺接佛足
生佛交徹本一如

會面一笑眾苦除
心開盡納如來福





翻足起身跪

翻掌接佛、觀想佛光照攝

跪坐於足跟內側

禮佛起身連續動作

恢復跪坐↓接地翻足↓起立



吸滿腔極樂芬芳。唸遍野彌陀心香

趁吸氣之勢、起立、合掌

禮佛起身連續動作

合掌↓俯首↓鬆肩↓退腹↓曲膝↓躬身



攝心↓返觀↓放下↓謙退↓柔軟↓恭敬

注意觀照，動中重心不動，保持於「二足跟之中點」。

保持俯首·跪坐迎佛。五體投地·翻掌接佛

謙恭到底·背塵合覺。深投覺地·轉凡成聖

跪坐於二足跟內側

再版後語

我們現在正處於多災多難的時期，尤其是最近幾年，九一一美國世貿被襲擊，美英攻打伊拉克，為禍全球的沙士，禽流感的擴散，南亞九級大地震引發的海嘯，釀成世紀大災難。天災人禍一浪緊接一浪，一浪高於一浪，無情地席捲全球。有的災難於瞬息間突然地降臨，使人類措手不及，防不勝防，無法抗拒，無從躲避。人類似螞蟻一樣的渺小，房屋像火柴盒一般的脆弱。那慘烈的景像，剎那間把人間天堂變為地獄。今後還會不會再發生戰爭、瘟疫、地震、海嘯呢？人們生活在惶恐之中。

環視全球，真正安寧的地方實在不多，香港是極之少數的福地之一。香港人樂善好施，無論是國內或國外，凡

是救災，香港人是不甘人後，踴躍捐助。香港每逢天災，都能夠逢凶化吉，消災解難，把災情減輕。尤其是自從大嶼山天壇大佛建成之後，這十幾年以來，每逢颱風逼近香港的時候，風勢轉向，吹向他處，是值得慶幸的。無形之中在勉勵我們香港人，保持和發揚慈悲助人為樂的優良傳統。如果要徹底消除人世間的痛苦，防止災難，永遠享受自在解脫的妙藥，就是信仰觀世音菩薩。

欲救人自救，除了信仰觀世音菩薩之外，要進一步發願行善助人，並且付諸於日常生活行動之中，真正認真地做到「信、願、行」，以觀世音菩薩的慈悲、智慧、勇猛救世的精神為榜樣，去處世待人，那樣才是真誠的皈依信仰觀世音菩薩。只要我們至誠不二，持之以恆，虔誠的信

仰、稱念、禮拜，配合認真的行善積德，那麼，即使什麼痛苦、災難、煩惱當前，觀世音菩薩一定能解救我們，脫離苦海。

全世界欲化疫呈祥，轉禍為福，唯有大家發心行善戒殺，災難、橫逆不侵，諸神護佑，福報殊勝。

中華道德學會　謹識



祈願弘揚佛法及中華文化，香港南普陀擬於慈雲山興建香港南普陀千手觀世音。千手觀世音像是以純銅鍍金鑄造，高13.68米，建於室內，為世界之最高的千手觀世音。觀音像左右加建有韋馱、伽藍護法菩薩及三十三尊觀世音化身彩色塑像—如楊枝觀世音、送子觀世音、灑水觀世音……蔚為壯觀。南普陀建成後，西面大嶼山有天壇大佛，東面慈雲山有千手觀世音，仿如慈父慈母般懷抱着全香港市民，福澤綿遠。

興建香港南普陀為本港宗教藝術的一大盛事，由於工程浩大，祈望海內外善信及社會各界賢達，咸發菩提之心，慷慨捐獻，共同圓滿千秋功德。且讓我們懷着無比珍惜，福澤的心，虔誠地參與這個造福子孫萬代的劃時代善舉。凡樂意捐助籌建香港南普陀千手觀音的善長仁翁，可將善款直接存入本會籌建基金的銀行戶口，或郵寄支票到香港九龍慈雲山蒲崗村道165號，香港南普陀收。隨喜樂捐，功德無量。



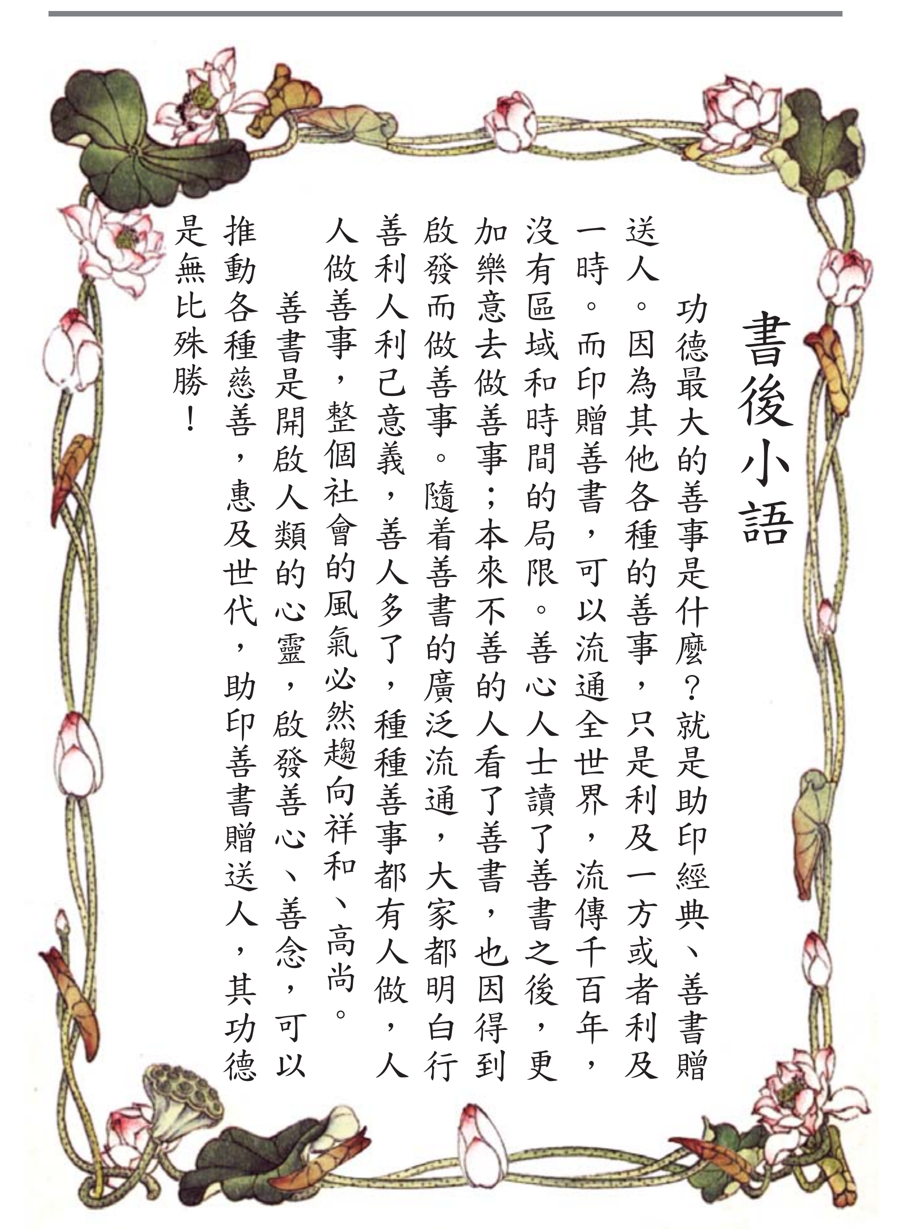
擬建中位於慈雲山之香港南普陀正面外觀圖

共襄善舉　功德無量
籌建香港南普陀千手觀世音

＊捐款支票抬頭請寫
「香港南普陀有限公司」或
Hong Kong Nan Pu Tuo Limited

匯豐銀行戶口賬號：**814-076998-838**
恒生銀行戶口賬號：**240-221846-883**
中國銀行戶口賬號：**01281310175183**

籌建並無委託其他人士或團體進行任何籌款活動。
凡捐款港幣壹百元或以上，可憑捐款收據申請扣稅。



書後小語

功德最大的善事是什麼？就是助印經典、善書贈送人。因為其他各種的善事，只是利及一方或者利及一時。而印贈善書，可以流通全世界，流傳千百年，沒有區域和時間的局限。善心人士讀了善書之後，更加樂意去做善事；本來不善的人看了善書，也因得到啟發而做善事。隨着善書的廣泛流通，大家都明白行善利人利己意義，善人多了，種種善事都有人做，人人做善事，整個社會的風氣必然趨向祥和、高尚。

善書是開啟人類的心靈，啟發善心、善念，可以推動各種慈善，惠及世代，助印善書贈送人，其功德是無比殊勝！

觀音齋期表

- 正月初八日
- 二月初七日
- 二月初九日
- 二月十九日
- 三月初三日
- 三月初六日
- 三月十三日
- 四月廿二日
- 五月初三日
- 五月十七日
- 六月十六日
- 六月十八日
- 六月十九日
- 六月廿三日
- 七月十三日
- 八月十六日
- 九月十九日
- 九月廿三日
- 十月初二日
- 十一月十九日
- 十一月廿四日
- 十二月廿五日

十日齋期表

每月

（一）初一日
（二）初八日
（三）十四日
（四）十五日
（五）十八日
（六）廿三日
（七）廿四日
（八）廿八日
（九）廿九日
（十）三十日

月小改

廿七、廿八、廿九

六日齋期表

每月

（一）初八日
（二）十四日
（三）十五日
（四）廿三日
（五）廿九日
（六）三十日

月小改

廿八、廿九

【早齋】

所謂「早齋」（又名「祈願齋」）是給一般善心人士初發心想食齋，但環境尚未許可，先食早齋。食早齋的時間是由晚上十一點後至早上十一點前，為一日廿四小時中有十二小時戒殺，發慈悲心。

只要行善積德，便可減輕業障；待機緣成熟，自然能如願以償而轉食長齋，達到身心雙修、解脫自在之境！